









いちごみぞれ
ハワイアン
ブルーメロン







緊急通報装置

車内通報装置
Emergency intercom

非常時の場合は、マイクボタンを押して話しかけ、
乗務員の方へお話しください。緊急時には必ずお話しください。

In case of emergency,
press the button to speak to the crew.

SOS











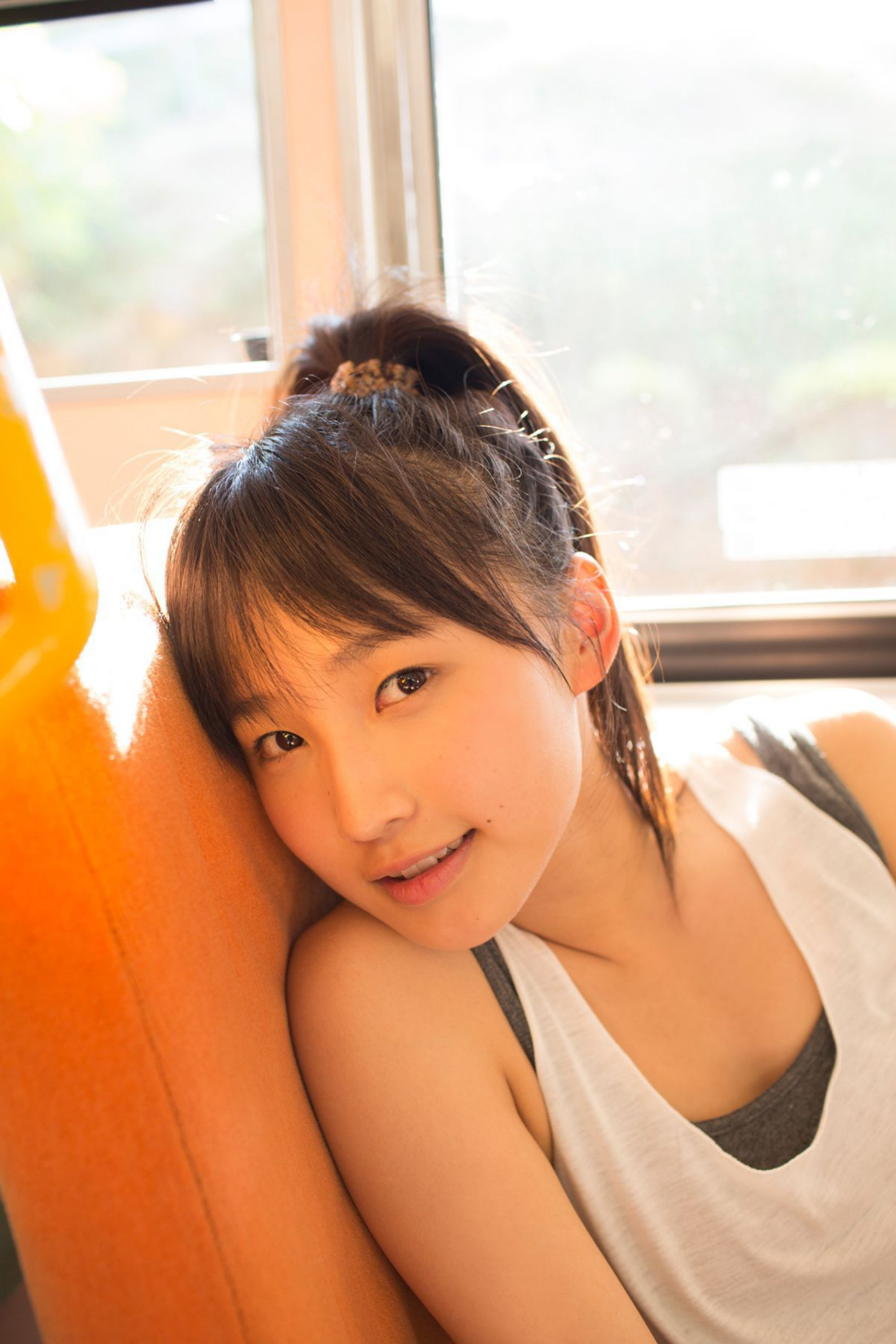
優先座席
Priority Seat

高齢者、妊婦、身体障害者、病後回復中の方、
妊婦されている方、マウスマークを付けている方、
座席をおゆずりください。
Please offer these seats when needed by other Passengers.

携帯電話の電源を
お切りください。
Please turn off your mobile phone.

窓の清掃は、ひょうてつを
もって行ってください。
窓の清掃は、ひょうてつを
もって行ってください。

窓の清掃は、ひょうてつを
もって行ってください。
窓の清掃は、ひょうてつを
もって行ってください。



























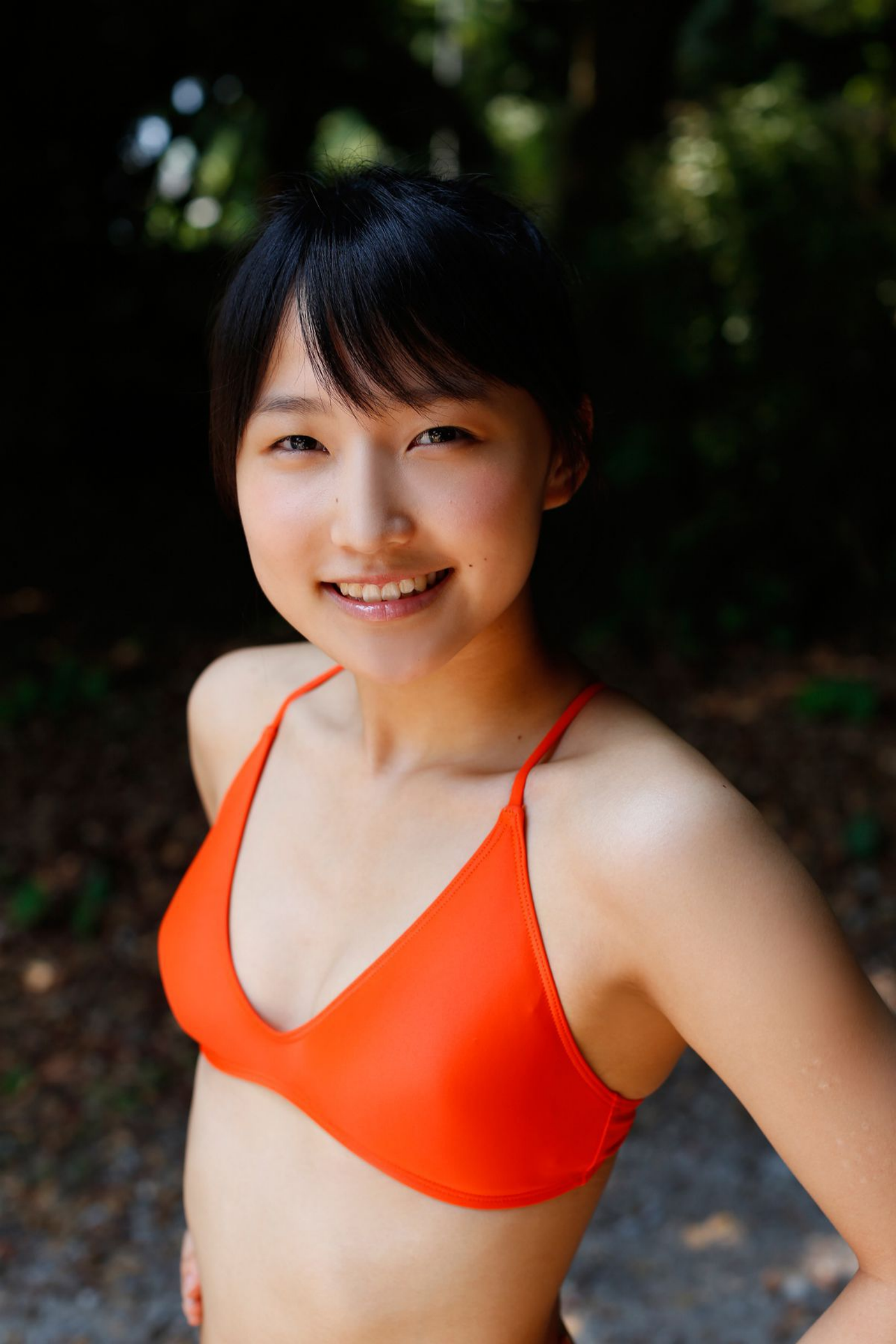


















































アパート・マンション・貸家

総合

TEL0834(2









海産珍味 瀬戸内の味
海産物センター

































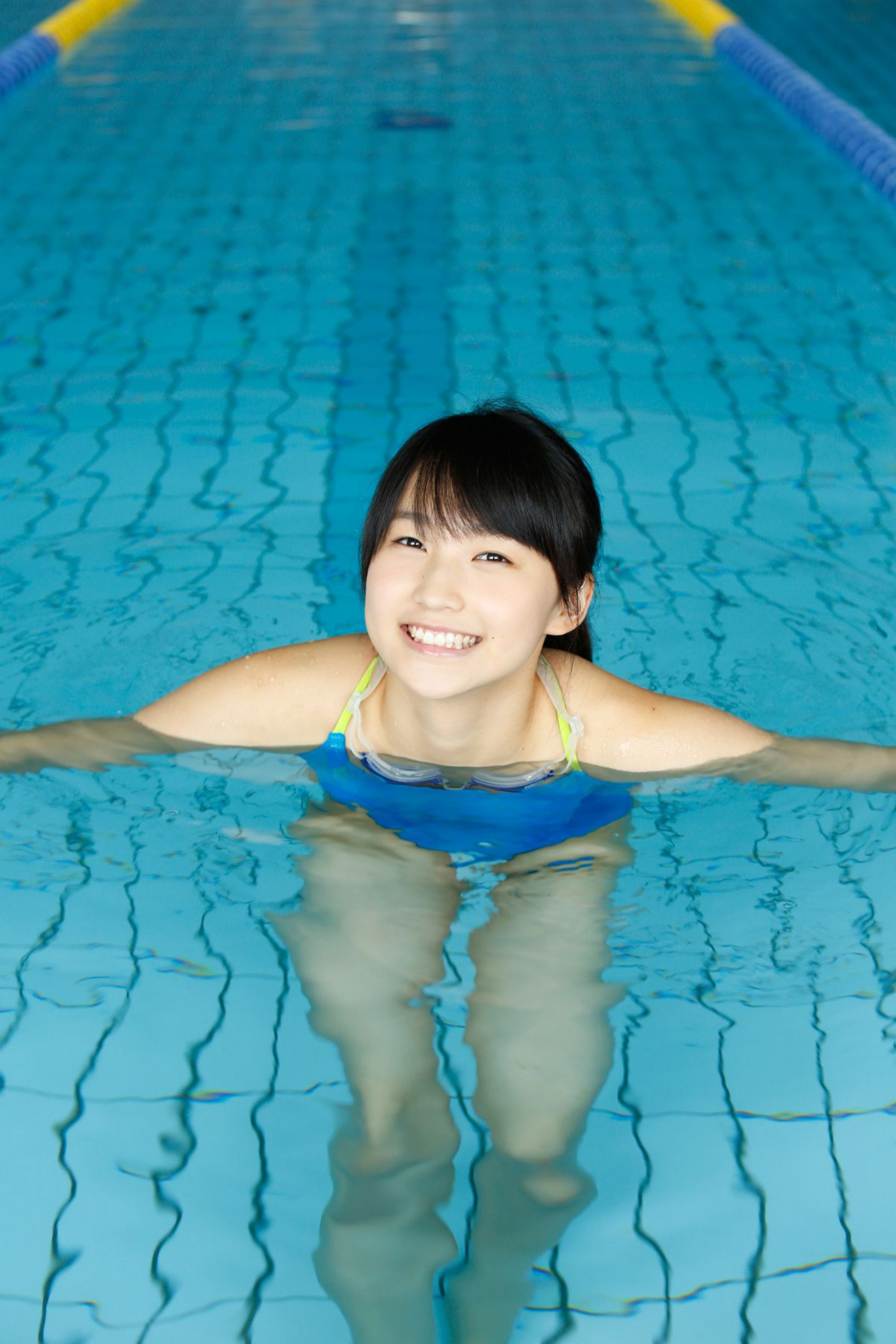




































































keneschi

A-1
STOP

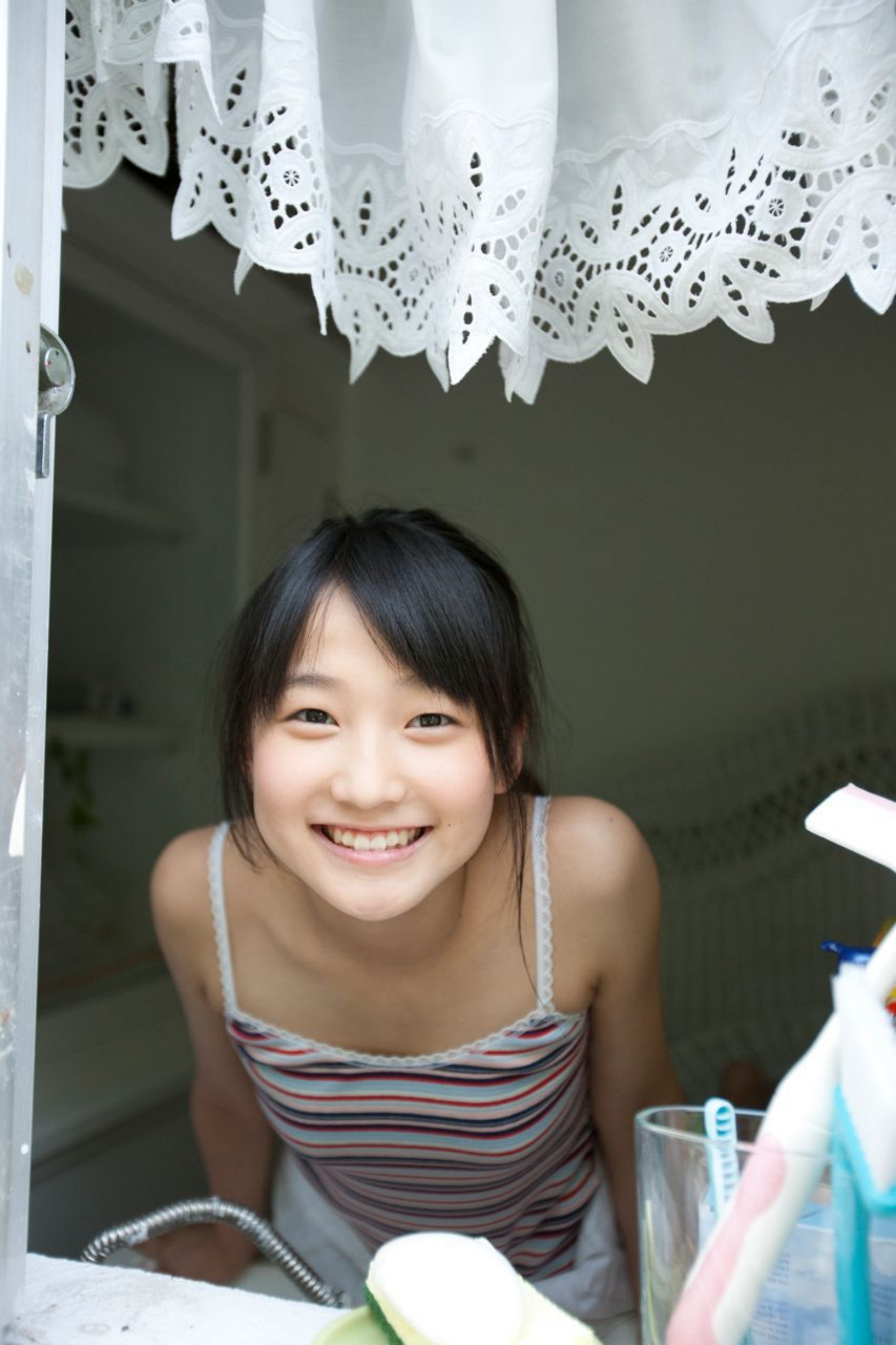










































































































盤浴
TEL 090-868-4418

あつたがり
カット
& パーマ

COFFEE
ROSS

天久衣

































































































































































































































































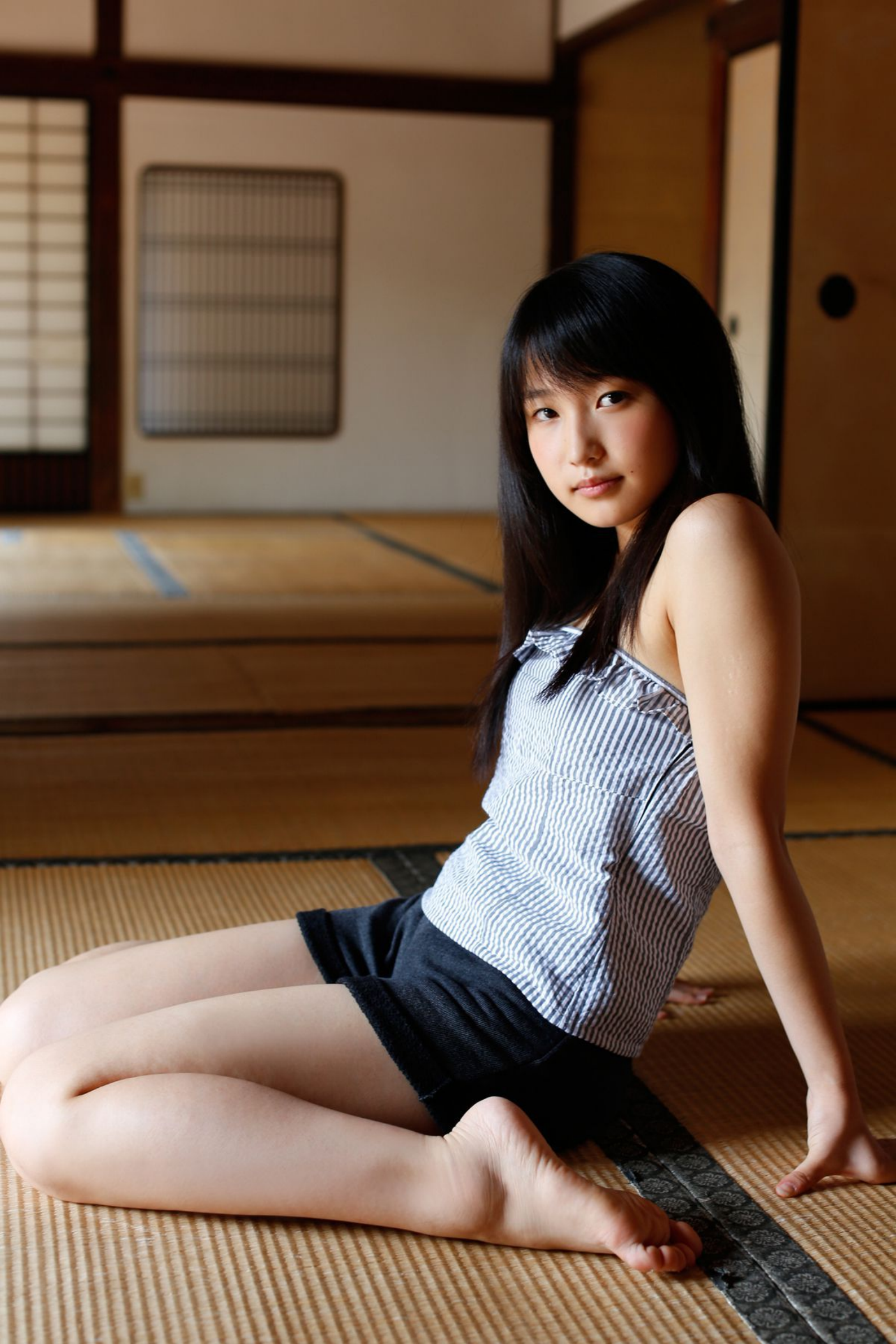




















































太陽





















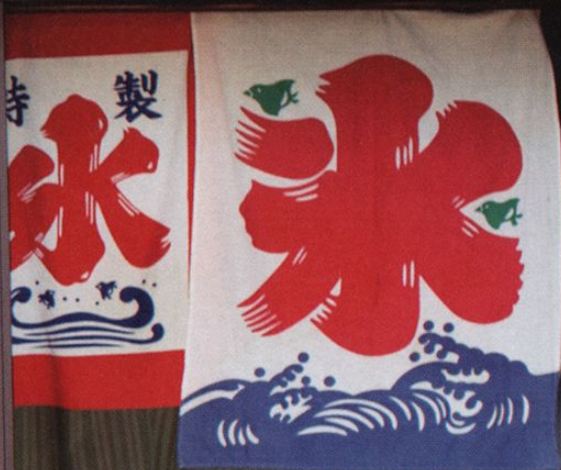












お持ち帰り
できます

いちごみぞれ
ハワイアン
ブルーメロン







































きれなかたてで、おれいけのよき
。いぢなうておこるてお
。いぢなうておこるてお



























海産物センター

アール



アパート・マンション・貸家

総合不動産

TEL0834(2

























































































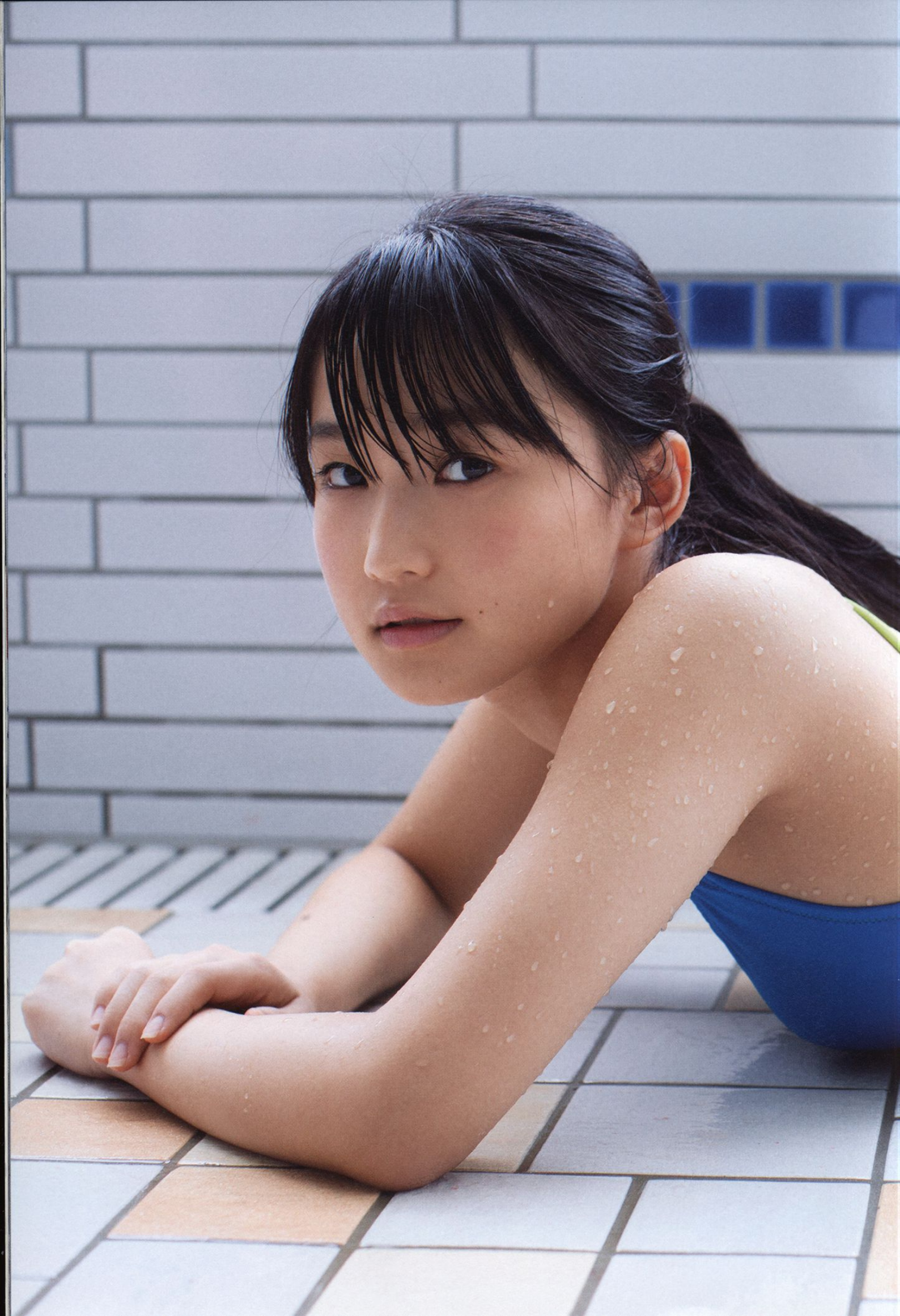






























撮影 佐藤裕之
衣装 岸真理子
ヘアメイク 太田年哉
装丁 小濱真吾
撮影助手 田畑竜三郎
DVD編集 アップフロントワークス
ロケーションコーディネーター 水田哲也 (すべ〜す百貨)
プリンティングディレクター 井上優
編集 一坊寺麻衣

アーティストマネジメント 河田寛太郎 (アップフロントプロモーション)
市川美奈 (アップフロントプロモーション)
エグゼクティブプロデューサー 山崎直樹 (アップフロントグループ)
瀬戸由紀男 (アップフロントグループ)
大浜稔 (アップフロントプロモーション)

鞘師里保写真集『太陽』

2013年12月1日 初版発行

発行者 横内正昭

発行所 株式会社ワニブックス

〒150-8482 東京都渋谷区恵比寿4-4-9 えびす大黒ビル

TEL 03-5449-2711 (代表) 03-5449-2713 (編集)

印刷所 凸版印刷株式会社

©WANI BOOKS CO., LTD

Printed in JAPAN 2013

ISBN 978-4-8470-4595-0

落丁本・乱丁本はワニブックス管理部あてにお送りください。

送料小社負担にてお取り替えいたします。

但し、古書店等で購入したものに關してはお取り替えできません。

ワニブックスのホームページ <http://www.wani.co.jp/>



9784847045950



1920072028001

ISBN 978-4-8470-4595-0
C0072 ¥2800E

発行：株式会社ワニブックス

価格 本体 2,800 円+税





アウトウェア

ここから…

モーニング娘。

保里師鞘

メイキングDVD付
写真集



アンドゥトゥア







































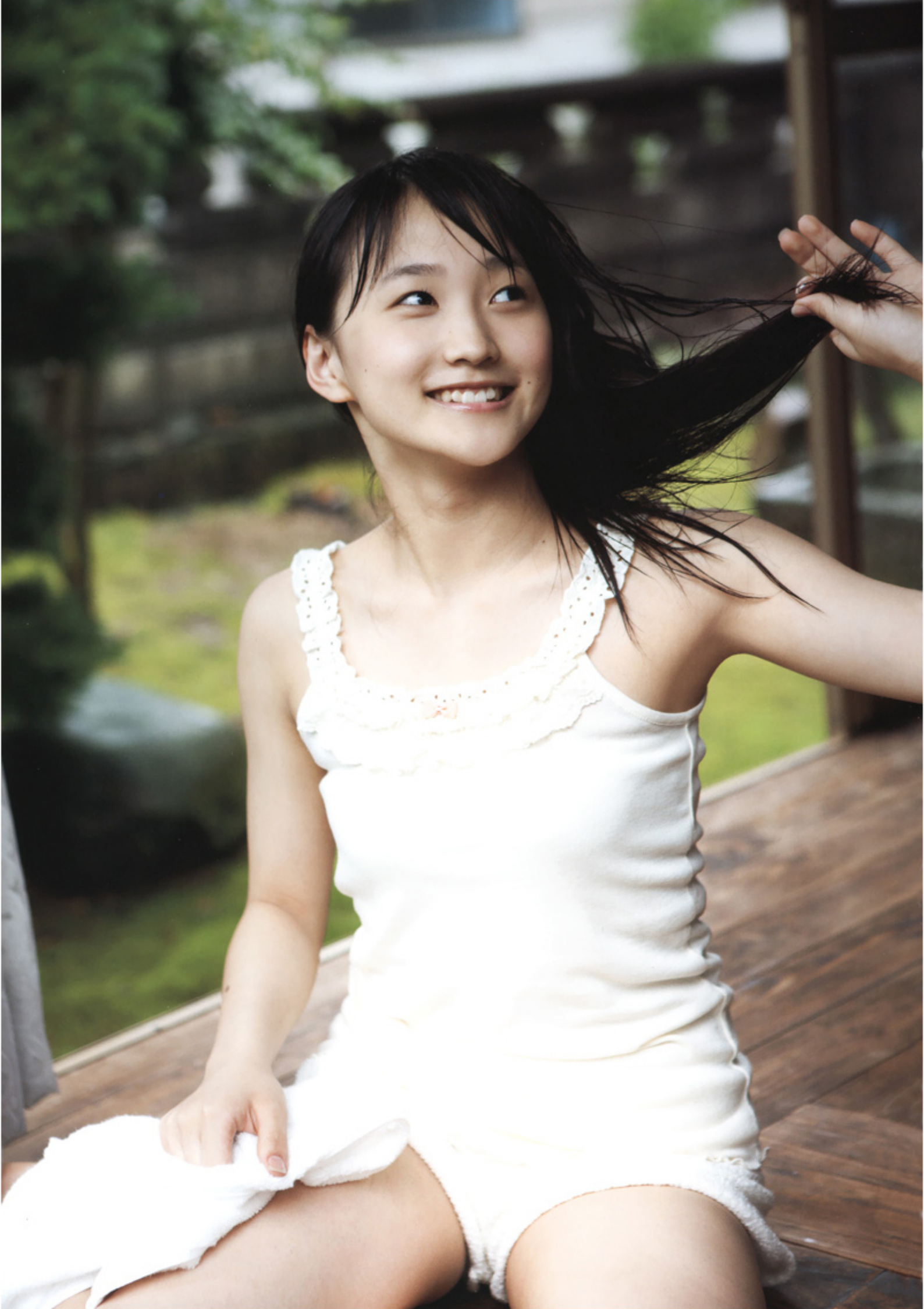
















































































臍

里彩























































































撮影・西田幸樹

衣装・めろん

ヘアメイク・島山利江／美木重良、加藤峰子／沖崎

装丁・佐々木敬／ライオンライオンズ

撮影助手・草間祐輔

DVD編集・アップフロントワークス

ロケーションコーディネーター・水田哲也／ペーパースタッフ、美木、多和田真吉／沖崎

プリンティングディレクター・甲州博行、井上優

編集・一坊寺麻衣

チーフプロデューサー・常盤杉衛／アップフロントエージェンシー

エグゼクティブプロデューサー・山崎直樹／アップフロントグループ

瀬戸由紀男／アップフロントグループ

持田陽司／アップフロントエージェンシー

衣装協力・京都丸紅株式会社、和風館／CH1、チャコット
協力・アップフロントエージェンシー





9784847044861



1920072028001

ISBN978-4-8470-4486-1

C0072 ¥2800E

発行・株式会社ワニブックス

価格・本体2,800円+税



さ や し い ほ

photographs by Tatsuo Watanabe

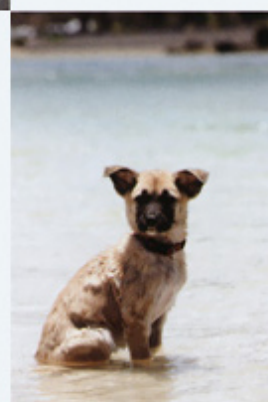




さやしりほ































































葉木台二丁目























































































さやしりほ

撮影：渡辺達生

衣装：富田育子

ヘアメイク：米澤和彦(Maverics)

装丁：松山智一(Matsuyama Design Inc.)

撮影助手：石山貴史、石塚雅人

DVD編集：アップフロントワークス

ロケーションコーディネーター：多和田真吉(タワダロケーションサービス)

プリンティングディレクター：甲州博行

井上 優

編集：一坊寺麻衣

アーティストマネージャー：池田耕嗣(アップフロントエージェンシー)

チーフプロデューサー：常盤杉衛(アップフロントエージェンシー)

エグゼクティブプロデューサー：山崎直樹(アップフロントグループ)

持田陽司(アップフロントエージェンシー)

瀬戸由紀男(アップフロントワークス)

協力：アップフロントエージェンシー

衣装協力：luceo

鞘師里保写真集『さやしりほ』

2011年9月10日 初版発行

発行者 横内正昭

発行所 株式会社ワニブックス

〒150-8482 東京都渋谷区恵比寿4-4-9 えびす大黒ビル

TEL 03-5449-2711 (代表) 03-5449-2713 (編集)

印刷所 凸版印刷株式会社

© WANI BOOKS CO.,LTD

Printed in JAPAN 2011

ISBN 978-4-8470-4391-8

落丁本・乱丁本は小社管理部までにお送りください。

送料小社負担にてお取り替えいたします。

但し、古書店等で購入したものに關しては、お取り替えできません。

ワニブックスのホームページ

<http://www.wani.co.jp/>







9784847043918



1920072028001

ISBN978-4-8470-4391-8

C0072 ¥2800E

発行・株式会社ワニブックス

価格・本体2800円 + 税



太陽

モーニング娘。鞘師里保
最新写真集

切ないほど瑞々しい、15歳の足あと。

メイキング
DVD付

太 陽





KIPS
カード

びにこちゅうい



鞘師里保 写真集

太陽

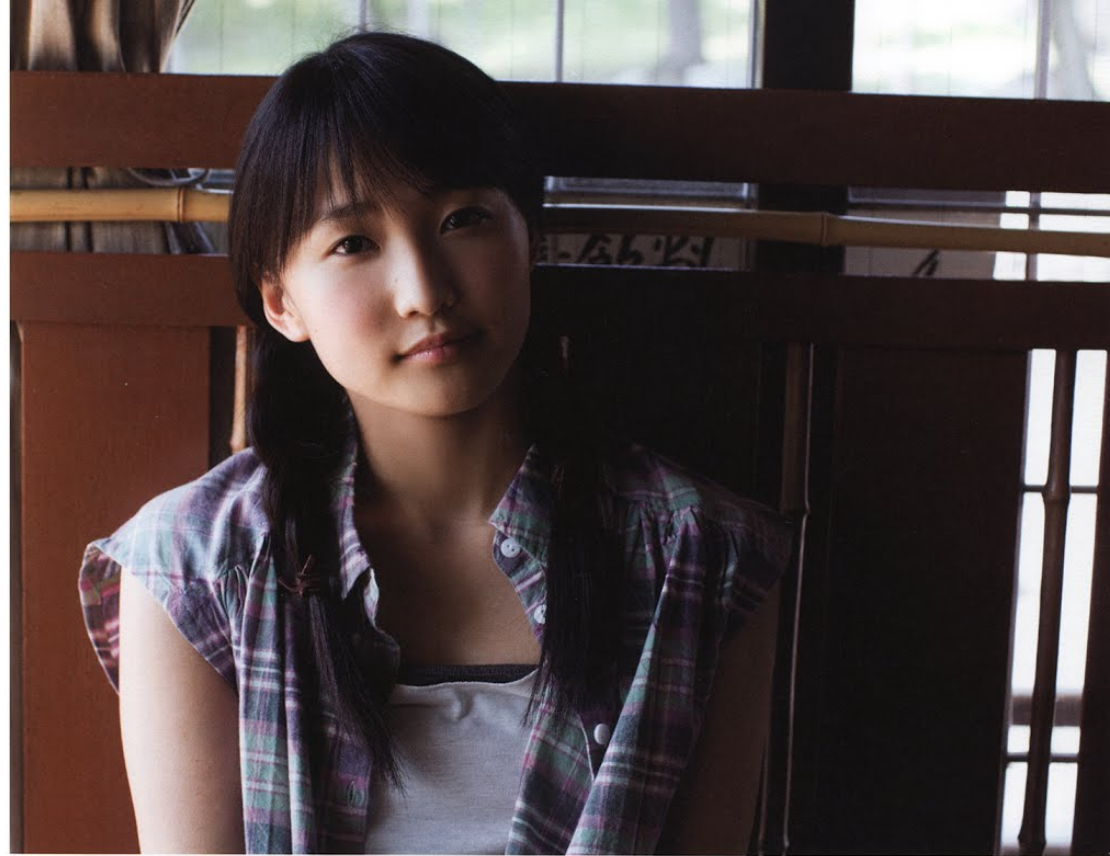














ノグチ

おめでとうございます

制服はぜび野口
スポーツ用品

女子大附中
春日中学
三笠中学
若草中学
伏見中学
富田中学
都南中学
登美丘中学
平城西中学
二名中学
京西中学
富塚南中学
帝塚山中学

野口百貨店制服部



Asuka

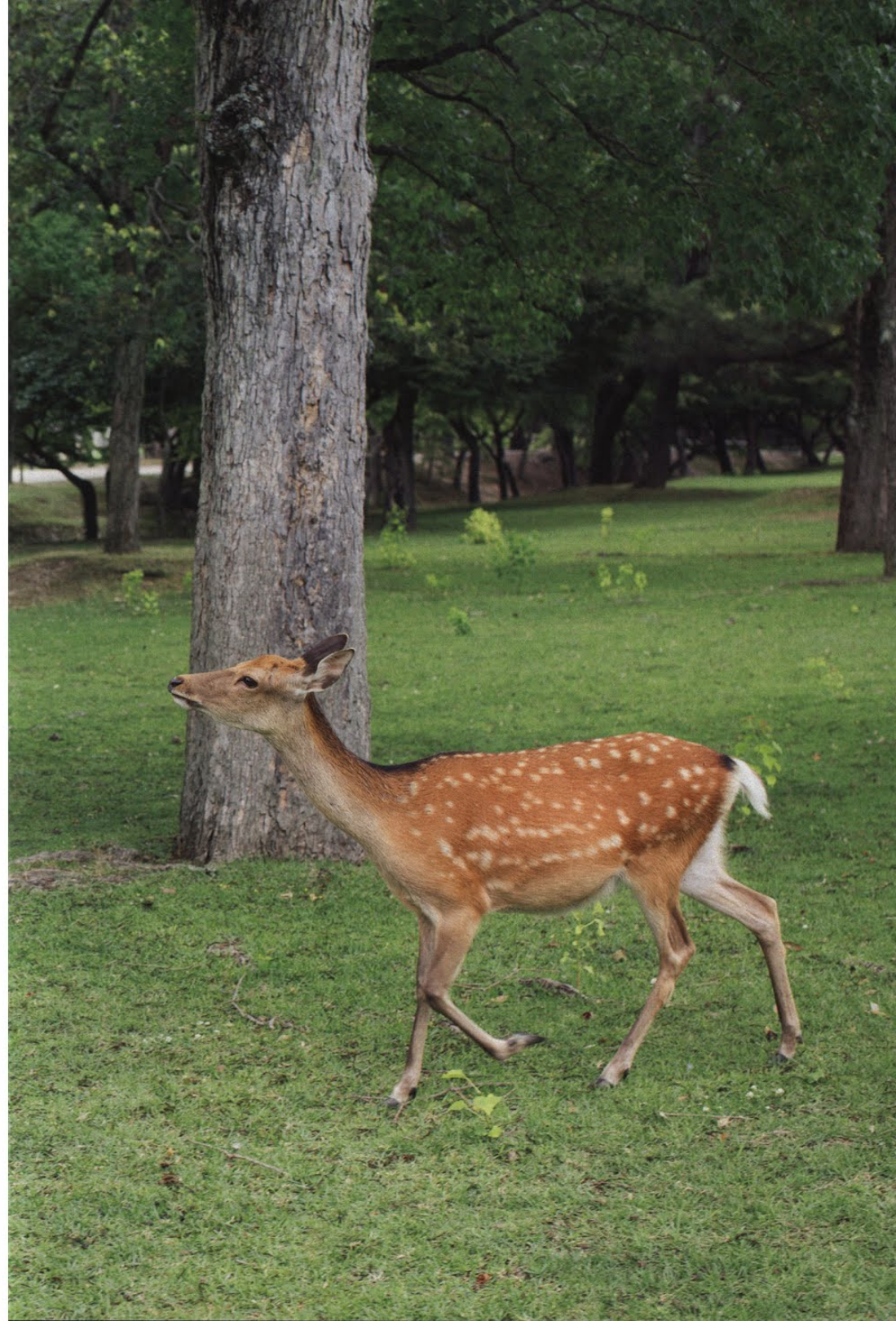
帝塚山で伸ばす

5/18 (土) 9:30-11:00
6/11 (土) 9:30-12:00
8/24 (土) 9:30-12:00

帝塚山小学校

www.asukashop.jp























アパート・マンション・貸家

総合不動産

TEL0834(2





























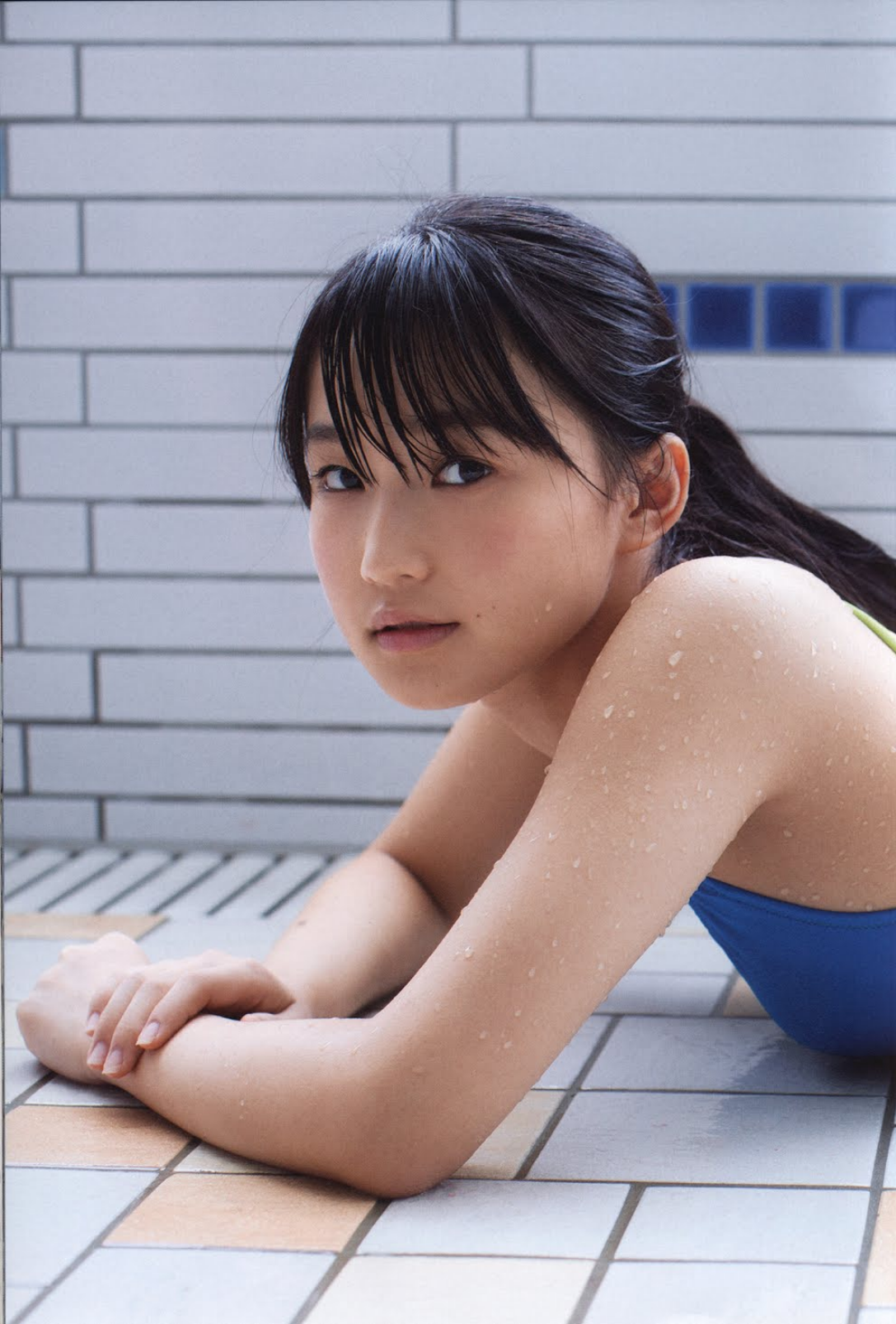


























撮影 佐藤裕之
衣装 岸真理子
ヘアメイク 太田年哉
装丁 小濱真吾
撮影助手 田畑竜三郎
DVD編集 アップフロントワークス
ロケーションコーディネーター 水田哲也 (すべ〜す百貨)
プリンティングディレクター 井上優
編集 一坊寺麻衣

アーティストマネジメント 河田寛太郎 (アップフロントプロモーション)
市川美奈 (アップフロントプロモーション)
エグゼクティブプロデューサー 山崎直樹 (アップフロントグループ)
瀬戸由紀男 (アップフロントグループ)
大浜稔 (アップフロントプロモーション)

鞘師里保写真集『太陽』

2013年12月1日 初版発行

発行者 横内正昭

発行所 株式会社ワニブックス

〒150-8482 東京都渋谷区恵比寿4-4-9 えびす大黒ビル

TEL 03-5449-2711 (代表) 03-5449-2713 (編集)

印刷所 凸版印刷株式会社

©WANI BOOKS CO., LTD

Printed in JAPAN 2013

ISBN 978-4-8470-4595-0

落丁本・乱丁本はワニブックス管理部あてにお送りください。

送料小社負担にてお取り替えいたします。

但し、古書店等で購入したものに關してはお取り替えできません。

ワニブックスのホームページ <http://www.wani.co.jp/>



9784847045950



1920072028001

ISBN 978-4-8470-4595-0
C0072 ¥2800E

発行：株式会社ワニブックス

価格 本体 2,800 円＋税



笹本恭平さんが指南。

知性もにじむ、ハンサムメイク。

目にした誰もが凛としたその表情に心奪われてしまう。クールな中につやっぽさをにじませた2つの表情を、秋新色で体現。
新世代のビューティニスタ・鞘師里保さんとヘア&メイクアップアーティスト笹本恭平さんの共演でお送りする、ノーブルな色香を堪能して。

お話を伺った方

笹本恭平さん

ヘア&メイクアップアーティスト。
小誌をはじめ数多くの女性誌で活躍中。ファッショントレンドを取り入れた抜け感とこなれ感のあるヘアメイクに定評が。ilumini. 所属。

マスクを取ると大人度アップ。旬なブラウンマットの唇。

1

Cool
Beauty
Make

L i p s

ADDICTION

ザ マット リップ

リキッド Roman Sienna

フレッシュな仕上がりが
ロングラスティング!

存在感がありながらも肌なじみのいいマロンプラウン。軽やかなテクスチャーは、つけているのを忘れてしまうほど。うるおいリッチな質感でムラなく塗れる。¥3,200 (ADDICTION BEAUTY ☎0120・586・683)

使用色

Too Faced

メルテッド リキッド マット
ロングウェア リップスティック
ビタースイート

ほのかな甘さを秘めた
濃密ブラウンに恋して。

グロスのようにめらかなテクスチャーで唇に溶け込むようにフィット。見たまま美発色でプンプン効果まで欲張れる大人ののためのリキッドリップジュ。保湿力も◎。¥2,700 (トゥーフェイスド ☎0120・063・337)

有無を言わずスタイリッシュ。
運命のブラウンに出会う、秋。

マスクをして外出するのが当たり前になったとはいえ、食事など人前で外す機会が増えてきた昨今。そんなときも自分が納得できる表情をスタンバイしておきたいから、リップメイクにだって気が抜けない。

「マスクを外した瞬間、洗練されたブラウンのマットリップが顔を出したら、そのセンスの良さに思わず魅了されてしまうと思うんです」(ヘア&メイクアップアーティスト・笹本恭平さん)

リップにインパクトがある分、アイメイクやチークとのバランスが重要。「目元は同系色のブラウンでふわっと優しい奥行きを演出。チークは感じる程度に控えめにのせると旬の抜け感と女性らしいムードが同時に叶えられるはず」

SUQQU

コンフォート リップ
フルイド フォグ 07

まるで霞がさしたように
唇をふんわり染め上げる。

レディな温もりを感じる深みのあるブラウン。マットでありながらツヤを秘めた唯一無二の質感にスタイリッシュなムードが宿る。唇を柔らかくそうに映してくれるのも優秀。¥5,000 (SUQQU ☎0120・988・761)

And More!

ビジューのような
煌めきを指先に。

使用色

CHANEL

ヴェルニ ロング トゥニユ 773

指先からワンランク上の表情を
気取れる洗練ゴールドに恋して。

ハイセンスなエレガンスを追求したきらびやかなアンティークゴールドのネイルカラーは、それとなく纏うだけで圧倒的な存在感を放つ。¥3,200 限定発売 (シャネル ☎0120・525・519)

ANNA SUI

ネイルカラー トッパー 802

手元を動かすたびに、キラリ。
ジュエルな輝きに視線が集中。

サイズやシェイプの違うゴールド、シルバー、オーロラのラメが華やかにダンス。独自のドロップ型チップでラメがのせやすい。¥2,000 (アナスイ コスメティックス ☎0120・735・559)

マスクの有無にかかわらず、手元を顔の近くに添えるたびに表情にムードを授けてくれるネイル。

「思っている以上に顔の印象を左右するので、僕はいつもメイクの一つにカウントしているんです」

ブラウンマットの唇が主役のクールな顔つきにレコメンドしてくれたのがゴールドのポリッシュ。「指先をキラッとさせることで、クールな表情がドラマティックに華やきますよね」

トゥーマッチはご法度。纏うのは、フレンチネイルで指先だけ。

「ジュエリー感覚でミニマムに輝きを添える。そんな奥ゆかしさに、大人の色香が宿ると思います」

ピアス ¥12,000 リング ¥27,000 (共に e.m./e.m. 表参道店 ☎03・5785・0760) ニットはスタイリスト私物

ハンサムな目元は、
カーキが作ってくれる。



2

Cool
Beauty
Make

ルナソル

アイカラーレーション 10

肌色に寄り添うグラデなら
カーキ初心者さんでも安心。

ヴィンテージライクなモスグリーンをキー
カラーにまなざしに洗練された奥行きを宿
すアースカラーをセット。重ねるほどに表
情のバリエーションが加速する秀逸な4色。¥6,200
(カネボウ化粧品 ☎0120-518-520)



DIOR

サンク クルール クチュール
〈ゴールド ナイト〉 549

ドラマティックな雪の結晶に
インスパイアされたハーモニー。

左上を眉下まで上まぶた全体に。左下をアイ
ホールに重ねて。左上と左下を混ぜて下
まぶたの目尻から3/4に。下目頭1/4に中
央のゴールドを。リキスな発色で魅了し
て。¥7,800 限定発売 (バルファン・クリ
スチャン・ディオール ☎03-3239-0618)



THREE

ディメンショナルビジョン
アイパレットアリー 02

シームレスカラーの重なりが
魅惑的なまなざしを連れてくる。

シアーな発色が抜け感のある仕上がりが叶
えてくれるクリームタイプアイシャドウ
パレット。大自然に抱かれたようにはかな
げなグリーンがおしゃれなアクセント。¥
6,500 (THREE ☎0120-898-003)

Eye liner

使用色



SHISEIDO

カジャリインク
アーティスト 01

まろやかなブラウンラインで
瞳に優しさで包容力を授けて。

アイライナーとしてはもちろん、アイシャ
ドウ、アイブロウとしても使えるマルチな
一本。ペルベットのようになめらかな質感。
上下のインサイド全体に。¥2,200 (資生堂
インターナショナル ☎0120-81-4710)



使用色

Celvoke

インディケイト
アイブロウパウダー 03

はかなさも力強さもお手の物。
絶妙な3色の共演が魅惑的。

ドラマティックなパープルが色気を奏でる
キーカラー。中間をブラシにとり眉全体に
ふわっと。上から2色を混ぜて、肌が見え
ている部分にスツツと毛を描くイメージ
で足す。山は意識せずストレートタッチに。
¥3,500 (セルヴォーク ☎03-3261-2892)



NARS

ブローパーフェクター
1132

スムーズに描けて、美発色。
キープ力の高さも人気の秘密。

レッドブラウンのアイブロウペンシル。楕
円形の柔らかな芯が太さや強弱のコントロ
ールを自由自在に。眉毛がまばらな部分に
一本一本描き足すように埋めていく。¥2,
900 (NARS JAPAN ☎0120-356-686)

Eye brow

スタイリッシュなまなざしは
媚びないアースカラーに委ねて。

目元の印象が特に強調されるマスク時
代。マストで押さえておきたいのが、テ
クニックいらずでスタイリッシュなまな
ざしになれるアイシャドウパレット。
ブラウンやベージュの延長線上で使え
て適度に洒落感が出るカーキ系なら誰で
も表情が洗練されるはず。柔らかな囲み
目にする一方で、トレンド感も欲張れる
と思います。(世々さん)
合わせる眉もハンサムなカーキのまな
ざしを盛り上げる立役者に。
「パープルやピンクなど青みを感じるア
イブロウパウダーを使ってストレート気
味のシルエットに仕上げ、芯のあるまな
ざしに。眉の中に宿した赤みがナチュラル
に血色感を引き出してくれるので、表
情に優しいムードも添えられますよ」

Visée

リシェ アイブロウパウダー
BR-3

センシュアルでありながら凛。
眉にレディなニュアンスを。

濃淡3色のピンク系ブラウンを組み合わせ
れば、眉の陰影も立体感も思いのまま。し
っとり柔らかなデクスチャーで眉にフィッ
トして崩れにくいところが優秀。¥1,100
*編集部調べ (コーセー ☎0120-526-311)



カッコイイ女性を
目指したいです

気になるコスメに
どんどんトライ！

鞘師 私、普段はほとんどメ
イクをしないタイプなんです。
今日みたいな深みのある色の
リップやクールなカーキのア
イシャドウに挑戦したのは初
めて。内心ドキドキしてたん
ですが、撮っていたいた写真
を見て、「悪くないかも」っ
て思っちゃいました(笑)。
笹本 とても素敵でしたよ。
鞘師 クールな色使いなのに
どちらか女性らしさが漂って
いて。こういうハイセンスな
色香を漂わせられる女性って、
同性から見ても憧れですよ。
笹本 色や質感で柔らかさを
潜ませるのがポイントかな。
鞘師 さすがです！私、顔
が薄いほうなので、深みのある
色は似合わないって決めて
てたんですが、これからは
ちょっとだけ自信が持てるう
な気がしました。ブラウンの
マットリップは勇気を出せば
挑戦できそうですが、カーキ
のアイメイクは自分ですると
肌浮きしそうで心配で。
笹本 ツヤのあるベージュを
ベースに仕込むと、肌なじみ
が良くなるよ。ほんのひと工
夫で似合わせられるから前向
きに取り入れてほしいな。

知的な女性らしさは
メイクで叶えられる。

SHOCOさんが教える、 色気を宿すリアルクローズの選び方。

スウェットやスカート、デニムといった定番のアイテムを色っぽく魅せるヒントを、スタイリストのSHOCOさんが指南。大人の品格ある着こなしを体現してくれたのは、引き続き講師里保さん。抜群の表現力と透明感に目が奪われます。

「ビッグシルエット」は 女性の華奢ラインを 1 浮き彫りにする

たぶんとしたバルーン袖に、脚のラインを拾わないワイドシルエットのパンツ。体が服の中で泳ぐくらいのオーバーサイズのシルエットを選ぶのがポイント。「腕とヒップに余白を持たせて隠すことで、逆に服の中のボディラインを意識させるから色っぽくなる。肩が落ちるたぶりとしたスリーブのスウェットならカジュアルすぎず、甘すぎない幾何学模様のレースパンツと好相性。パキッとした白ではなく、まろやかなアイボリーのワントーンで品の良さもさりげなくプラス。足元はくすみピンクのパンプスで、大人っぽさも感じさせて。」(SHOCOさん)
「カジュアルでも女性らしいニュアンスを作れるんだって実感」(講師里保さん)

スウェット ¥23,000 (コグザビッグスモーク/ア
クアガール 渋谷 ☎03-5459-0131) レースパン
ツ ¥36,000 (グリード インターナショナル/グ
リード インターナショナル トウキョウストア
☎03-6721-1310) ピアス ¥46,000 リング、
人差し指・上 ¥30,000 (共にココロニク ☎03-
5413-5140) リング、中指 ¥18,000 人差し指
・下 ¥20,000 (共に e.m./e.m. 表参道店 ☎03-57
85-0760) パンプス ¥14,500 (ダイアナ/ダイ
アナ銀座本店 ☎03-3573-4005)

お話を伺った方

SHOCOさん

スタイリスト。女性ファッション誌
やカタログ、人気アーティストへの
スタイリングで活躍中。トレンドを
押さえたリアルなスタイリングに定
評がある。

鎖骨、軟骨、関節…

2 “骨”と“筋”から 色っぽさが生まれる

くっきりと浮き立った鎖骨やおやかな指の関節は、女っぽさを強調する武器。「骨や筋は、年齢を重ねたからこそ生み出せる成熟した色気を感じさせるパーツだから、アクセでその美しさを際立たせたい。耳元は、揺れるチェーンのピアスと、耳の軟骨につけるイヤークフのW使いで、柔らかさと意志の強さを。指輪は複数の指につけたり重ねづけすることで、指の華奢な骨感にフォーカス。カジュアル感のあるシルバーとエレガントなゴールドやパールをミックスさせてこなれ感を出し、余裕を感じさせる演出を。デコルテはあえてのノーアクセで、鎖骨の美しさを引き立たせて」(SHOCOさん)
「普段はゴツめのアクセが好きなので新鮮。気分が上がりました」(鞆師さん)





床すれすれで奔放に揺れる

“マキシ丈スカート”に

3 視線が集まる

わかりやすい肌見せやボディラインの強調は、今の時代にそぐわない。足首まですっぽり隠れるマキシ丈のスカートの、封じることであえて浮き彫りになる高度な色気を表現したい。

「大人の色気には余韻が必要。ハリ感のある生地をたっぷりと、贅沢に使ったマキシ丈スカートなら、歩いたり、風をはらんだときにふわりと揺れて、それが目に映る瞬間ドキッとさせてくれるはず。そのシーンはいつまでも余韻となり、美人印象が続きます。トップスはヌケ感が欲しいので、深めのVネックを合わせて力の抜けた色気を」(SHOCOさん)

「過剰な女性っぽさじゃない、大人の余裕ある色気を感じました」(鞘師さん)

ニットベスト ¥9,000 (ハッシュニュアンス/オンワード
山 03-5476-5811) スカート ¥34,000 (ヘリテノーム/
ガリヤルダガランテ 表参道店 03-5766-1855) 左手リン
グカフ ¥20,000 リング、右人差し指 ¥68,000 右中指 ¥
12,000 チェーンピアス ¥10,000 (以上 eto 0120-10-661
6) イヤーカフ、右 ¥15,000 左 ¥19,000 バングル ¥20,
000 (以上 ココシュニツク 035413-5140) シューズ ¥25,
000 (ダイアナ/ダイアナ銀座本店 03-3573-4005)

清々しい色づきの演出法。

お話を伺った方
神崎 恵さん

美容家。独自の美容法はもちろん、そのマインドやライフスタイルにも注目が集まり、多数の雑誌連載を抱える。放送中のドラマ『だから私はメイクする』（テレビ東京系）では女優としても活躍。初のボディブック『神崎CARE』（ワニブックス）が発売中。

その生き方に「リアルな色気」を
を体現し続ける美容家・神崎恵さ

「単純に、あざとさ」を仕込むのは、古いかなって思ってた。今は、古い色気は、ひと昔前の夕刻から深夜にかけて生まれてくる濃麗な色でねつとりしたのではなく、透明感に満ちた爽やかな朝のようなものの。内面から溢れる知性、清々しい印象など、全方位からにじみ出る。人間性の表れ。」だと思えます。（美空家 神崎恵さん）

Rule 3

Rule 5

さやし・りほ 1998年生まれ。アーティスト、女優。
『ドラマ24 あのコの夢を見たんです。』（テレビ東京系）
の12月4日放送回にヒロイン役で出演。

MEGUMI'S / 1
I-RO-KA

いるだけで色香を放つ
 佇まいのつくり方

「色気は日々の心がけで育てることが可能」と言う
神崎さん。実践編の第一歩として、佇まいから
色気を放つ方法を具体的にお伺いしました。

姿勢

清潔感と品格を感じさせる
美しい絵画のような佇まいを。

首·尾

首と肩は離すほど色つぼく、
横顔美人になれる。

手

指先に可憐な空気が流れるよう
ゆつたりとした動きを心がける。

視線・口元

濁りがないまなざしと口元に
透明感のある色香が宿る。

大人の色香を演出する SNS、アプリの写真の撮り方テク

最近、SNSやマッチングアプリでの出会いもスタンダードに。
印象や人となりの判断のカギとなるプロフィール写真の
上手な色香の演出方法とは？ 神崎さんがアンサー！

会った時の期待感が高まる
可愛さがちよーどいい。

SNSやアプリの中では、写真
が印象のカギとなる。そんな、見
た目優先になりがちなシステムで
は、厳しいことにプロフィール写
真が判断基準に？ 色香を感じさ
せるには、加工アプリで盛って可
愛くするべきでしょうか。

「アプリで顔を作りすぎると、実
際に会った時につかりさせちゃ
う可能性も。それよりも、自分ら
しい等身大の魅力が伝わる写真で
勝負して、実際に会ったらどうなん
だろうって、期待感を持たせるこ
とが大事です。実物の方が写真よ
りも可愛いと思わせられたら、そ
れだけで心惹かれるもの。ちよっ
とはにかなだ表情のものと、歯を
見せて楽しそうに笑っているもの、
2種類あるといいですね」

point

「このコいたら
楽しそう…」と
妄想させて。



○ ● ○

[2 枚 目]

思わず実物に会いたくなる、可愛い笑顔を。

「2枚目は表情を崩して、笑顔が伝わる写真を。やさしさや包容力
を感じさせて、どんな時も朗らかでいてくれそう、でも隣に立って
いてくれたら自慢できそうだなって、妄想させちゃうんです。そう
すると会いたくなるもの。でも、あくまでも実物の方が可愛い方が
トクだから、加工はマックスで仕上げないでくださいね。最初の印
象が良くない方が、あとでその人の魅力に触れた時、好感度が急上
昇するのと同じ。会った時に、「おっ」と思わせればいいんです」

point

「なんか気になる」
「ほっとけない」と
本能を刺激して。



● ○ ○

[トップ 画 面]

パッと目にとまるナチュラルな表情を。

「プロフィールの写真は全体の雰囲気很重要。好感度高めのコンサバ
メイクに、清潔感のあるヘアスタイル、ベージュや白などのベーシ
ックな色のシンプルな洋服で、あなたの素材の良さを伝えましょう。
主張が強すぎるデザインの服やメイクは、余計な雑音になるので避
けて。明るい自然光が入るところで、誰かに撮ってもらう方が自然
な表情になるので、他撮りがおすすめ。1枚目は、ちょっと恥ずかし
そうな、慣れてなさそうな表情のもので、興味をかき立てて」



Scene 2

普段のふとした表情がギャップを生む。

女性がふと見せる無防備な表情や、いつもの笑顔と違うハツとさせられる横顔は、隙があるからこそ色っぽい。一瞬で心を奪う威力がある。



Scene 1

心の感じるまま素直な笑顔を見せよう。



ちょっと照れたようなはにかんだ微笑みも、はじけるようなビッグスマイルも、どんな種類の笑顔も人の心を解かしてくれる。



MEGUMI'S / 3
I-RO-KA

日常の何気ないシーンで 清々しい色香を放つ

笑ったり真剣だったり、くるくると表情が変わる女性は、
一緒にいて幸せな気分させてくれるもの。計算しない
ナチュラルな色っぽさは、人の記憶に残るはず。

笑顔、凛とした横顔……
人柄が見える自然な表情。
「どの人も『笑顔に勝る色気はない』というくらい、笑顔には色気が宿るもの。しかも笑顔は重たいウエットな色気じゃないから、人の心にストレートに響きやすい。思いっきり笑ったり、やさしく微笑んだり、いろんな笑顔のパリエーションで、気取らない等身大の自分の魅力表現してほしい。」
さらに数々の女性を見てきて実感するのが、ギャップを見せられる人は「モテる」ということ。
「笑顔と裏腹なキリッとした表情を時折見せると、どうしようもなく気になって仕方がない存在に。大人になると感情を素直に出すことが難しく。だからこそ、ありのままを見せられる強さを持った人に自然と目がいくんです」

デニムは“ブラック”
“透けトップス”で勝負服に
格上げされる

王道アイテムのストレートデニム。カラーやトップスの選び方でヘルシーに色気を演出！ ブラックデニムで、凛としたシャープな女に見せたい。

「ブラックデニムなら青のデニムよりカジュアル感がオフされて、いい女に見せてくれます。ロールアップして、華奢な足首をちら見せすれば、おしゃれ感と女らしさも両立。デニム自体はあまりの定番ゆえに、トップス選びも重要。透け感のあるボウタイブラウスで、素肌の秘めた深みを感じさせることで、デニムにも奥行きのある色気が」(SHOCOさん)

「かなり好みのテイスト。黒って女性の魅力を深めてくれる色なんだなと実感しました。等身大の自分らしい、リラックスした雰囲気が出せました」(鞘師さん)

鞘師

Riho Saegashi

里保

お帰りの！

元「モーニング娘。」の絶対的エース」が、芸能活動再開！「新たな旅立ち」で挑んだ5年ぶりのグラビア撮影——。





スタジオ撮影でもパフォーマンスを披露



「音楽が流れていなくても踊れます」と鞆師。数分間にわたり、撮影スタッフの前で自由に躍動した



「今は自分自身から、
何かを生み出していきたい」

**空白の5年間で
鞘師自身が語る**

「お休みするときに強く思っていたのは『勉強したい』ということと、『一人の人間としてちゃんと成長したい』ということ。当時は17歳で、このままひとつの場所しか知らずに大人になってしまうことが怖かったです」

そう語るのは、15年末にモーニング娘。を突然卒業して以来、じつに5年ぶりに活動を再開した鞘師里保。「モーニング娘。の絶対的エース」と呼ばれた少女は、22歳になり、また表舞台へと帰ってきた。

「卒業後は英語を学び、ニューヨークで暮らしダンスを学びました。その後は、本当に居候みたいに関家で家族とのんびり過ごしていました(笑)。復帰の時期はまったく決めていませんでしたが『大人になって、いつか、より密度の高い自分のパフォーマンスを、皆さんの前で披露したい』という気持ちはありました。そんなタイミングでお声がけいただき、活動を再開することになったんです」

自身の表現のために「人間力を高めたかった」という。

「家族や芸能界以外の人ともたくさん出会って話をし、一人の人間として大人になりたいという気持ちが強かったんです。へんなたとえ話かも知ですが、料理の味付けも、以前は塩コショウしか知らなかったのが、今はみりんや料理酒をどれぐらい入れたらどんな味になるのかを、しっかり理解したという感じです(笑)」

大人になった鞘師は、これからどのような姿を見せてくれるのだろうか。

「復帰後、コンサート形式のミュージカルに出演させていただいたのですが、歌って踊ると自分の血が騒ぐのを実感しました。やっぱり歌やダンスを軸にしたパフォーマンスをしていきたいですね」

5年間の充電期間に培ってきた人間力・表現力への、確かな自信もある。

「自分自身から何かを生み出していかねばならないという気持ちですが、今は日々強くなっています。いろいろな世界にふれ、何かを伝える表現方法ひとつにしても、今まで以上に深く考えて、お見せできるようなれたと思いますし、自信をもっているいろいろな表現をしていきたいです!」



PROFILE

さやしりほ 22歳 '98年5月28日生まれ 広島県出身 5歳よりアクターズスクール広島でダンスを始め、'11年にモーニング娘。9期生として12歳でデビュー。歌唱力とダンス技術の高さから「絶対的エース」と呼ばれる。'15年末にモーニング娘。を卒業し、アメリカ・ニューヨークへダンス留学。ストリートジャズ、ヒップホップなどのジャンルのダンスを踊りこなす。今年9月より芸能活動再開。ドラマ『あのコの夢を見たんです。』（テレビ東京系）の12月4日放送回でヒロインを演じる。そのほか最新情報は、公式Instagram (@riho_sayashi_insta) にて

写真◎西田幸樹

スタイリスト・松本人美
ヘアメイク・野中真紀子
衣装協力・MMormal/mite/la mimosa





舞台『35MM：A
MUSICAL EXHI
BITION』の公演
直前に撮影。稽古
着姿でリラックス
した表情を見せた

グループ卒業後は活動休止して単身ニューヨーク留学へ
一時は引退も考えた元『モーニング娘。』のエース

鞘師里保が語る

22

「芸能界復帰、新しい私が目指すもの」

10月初旬、本誌インタビューに答えた鞘師。来年5月には『モーニング娘。』卒業後初のワンマンライブも予定されている



「休業期間は、このまま引退するかもしれないという気持ちで、ずっと自分の中にありました」

かつて『モーニング娘。』の「絶対的エース」としてグループを牽引し続けてきた鞘師里保(22)は、5年にもわたる自身の休業期間をそう振り返る。

11年に『モー娘。』の第9期生としてデビューを果たし、その高いダンススキルを武器に瞬く間に国民的アイドルグループの顔となった彼女。マツコ・デラックス(48)や指原莉乃(27)が彼女のパフォーマンスを絶賛するなど、芸能人からの評価も高い。

14年に不動のリーダーであった道重さゆみ(31)が惜しまれつつグループを卒業し、センターとして更なる活躍が期待されていた鞘師だったが、その翌年突如としてグループからの卒業を発表。表舞台から姿を消したのだった。その当時の心境を、本人はこう振り返る。

「17歳の頃に自分の将来について考えるようになりました。でも、仕事をしながらでは落ちていて考える時間がなかったんです。私はもともと、一度意思が決まると『これが正しいんだ』と自分自身に押しつけて、考え方が固くなってしまっただけ。一度全部を取っ払いたいという気持ちで『モーニング娘。』を卒業して、ニューヨークへ留学することを決めました」

卒業後、語学の勉強を経て、渡米。それまで常にグループの一員として活動していた彼女だったが、ニューヨークでは

打って変わって、たった一人での生活が暮を開けた。

「実行する前は、海外で一人で暮らしていくことに不安を感じていたかもしれない。でも実行してみたら、『行動すれば良いだけだったんだ!』と気分が軽くなりました。向こうではできるだけエージェントには頼らずに生活すると決めていました。滞在先を自分で探して借りたり、チケットもいろいろなサイトを見て自力で予約したり。一人で外食することもありますし、もちろん自炊も一人。ニューヨークはアジアンスーパーがたくさんあって食事に困ることはなかったです。ダンスのスタジオを探して、レッスンにも通っていました」

日本では普段の生活でも、人前に立っている人間としての意識がずっとあったんですが、海外ではそういうことはまったく感じず、気楽に生活ができました。『モーニング娘。』にいた頃は団体行動が多くて、その中で人間関係がメインだったんですが、留学中は行く場所もかわる人も自分次第。自分で考えて行動して、一人で決めるということが今までになかったのです。すごく新鮮でした」

留学中に芽生えた復帰への思い

留学生活を満喫する一方で、復帰については常に葛藤の中にあっただという。

「ニューヨーク留学は『芸能活動を続けたいのか?』という気持ちを確かめる旅でもありました。だから渡米した時は復帰について考えていなかったんです。フ

アンの方々に『もう一度会いたいです』と言いついて休業しましたが、それが実現できない可能性はずっと自分の中で持ち続けていました」

そんな彼女の再出発を後押ししたのが、何よりも大好きなパフォーマンスに対する気持ちだった。

「芸能界に戻りたいというより、『なんらかの形でパフォーマンスをしたい』という意識がありました。『一緒にやりませんか』と言ってくださる人がいて、そんな縁で今のお仕事をさせてもらっています。ニューヨークで一度全部を取っ払って生活したことで、自分の中で心のリセットができました。また頑張ろうと思える準備をする、すごく大切な時間だったんじゃないかなと感じています」

そうして日本へ戻り、芸能活動を再開した鞘師。これまではアイドルとして歌やダンスを中心に活動していたが、新たなパフォーマンスへの挑戦として、今年9～10月には音楽朗読劇に出演。『黒世界』シリーズの永遠記憶探訪記、或いは、終わりなき繭期にまつわる寥々たる考察についてで主演を務めた。

「朗読劇では演出の末満健一さんに『休業していた5年間で培ってきたものがあると思うから、それを大事にしながら演じてほしい』と言われて、作り込み過ぎずナチュラルに演じるように心がけました。コロナ対策ということで稽古の期間はかなり短くて。台本の量もかなりあつたし、ソーシャルディスタンスを守りながらの演技だったので、開幕前は不安も

感じました。でも、すごく魂を使っただけだったなという感じが今はあります」

さらに、10月から放送されているドラマ『あのコの夢を見たんです。』(テレビ東京)では、11月27日放送回の主演を演じる。お笑いコンビ『南海キャンディーズ』山里亮太(43)の短編小説を原作とした今作には、主演の仲野太賀(27)のほか、中条あやみ(23)や池田エライザ(24)などの女優が週替わりでヒロインを務める。『私にはドラマの経験値が圧倒的にないので、そもそもお芝居を覚えて、演技すること自体が自分の中では挑戦でした。撮影の前日はいろんなことを考えちゃって、緊張で一睡もできなくて(笑)。2日目、3日目で徐々に慣れてきました」

22歳が思い描く未来

今後の野望についてこう語った。

「『モーニング娘。』時代は、歌やダンスを頑張って、それをお客さまに見ていただくというのがメインだったけど、今は気持ちをどう表現するのかがというところにまで気が配れるようになりました。お芝居の中で学ぶことがとても多いし、役者業も歌もダンスも『別物だけど同じパフォーマンスだ』と感じています。今は演技の仕事が多いんですが、歌いたいし、踊りたい。ステージに立ちたいです」

はにかむような愛らしい笑顔。しかしその瞳には再び始まる芸能活動に対する強い意志が宿っていた。鞘師里保のパフォーマーとしての旅はこれからも続いていく。

Sayashi Riho

モーニング娘。

鞘師里保

モーニング娘。9期生の超新星！
初体験がつまった1st写真集から
未公開カットでごあいさつ♪

撮影＝渡辺達生

photographed by WATANABE TATSUO

は
じ
め
ま
し
て、





あやしほです。

SAYASHI RIHO

1998年5月28日生まれ 広島県出身

○モーニング娘。9期生

メンバーとして、

9月14日発売両A面

ニューシングル

『この地球の平和を

本気で願ってるんだよ! /

彼と一緒に店がしたい!』

鞘師里保1stソロ写真集『さやしりほ』

(ワニブックス刊・定価2940円

メイキングDVD付き)が絶賛発売中。



Nayashi Riko
鞘師里保

今やモーニング娘。のセンターを
務める超新星エース! 最新の
写真集から未公開カットをお届け♪

西田幸樹=撮影

photographed by NISHIDA KOUKI





SAYASHI RIHO

1999年5月28日生まれ
広島県出身。

○モーニング娘。第9期生メンバー
として、2011年1月加入。
最新シングル「One・Two・Three」
ではセンターを務めた。

○箱師里保2nd写真集
「アンドゥトゥア」(ワニブックス・
2940円)発売中。
発売記念イベント 9月9日(日)
福家書店新宿サブナード店にて
(時間未定)

箱師里保写真集「アンドゥトゥア」より
(ワニブックス・発売中)

この娘が



モーニング娘。の新センターにして
ハロー!プロジェクトの未来を
になう、さやしりほ。以後、お見知りおきを!



鞘師里保 (モーニング娘。)

Sayashi Riho

撮影／佐藤裕之

photographed by SATO YUJI

巷で再ブレイク中と話題のモーニング娘。から
15歳の絶対的エース「ほりほ」の
最新スクープ水着を初公開！

あの夏の
日の
思い出





今、再びモーニング娘。に注目が集まっている
グループのセンターに立つ少女の名前は、
「やぶしりほ」、15歳。



鞘師里保
SAYASHI RIHO

1998年5月28日生まれ
広島県出身 血液型=AB型
○モーニング娘。に
9期メンバーとして加入。
センターを務める。
最新、モーニング娘。鞘師里保
写真集『太陽』が発売中。
(メイキングDVD付き)
写真集発売イベント開催!
12月13日(金)19:00~
福家書店・新宿サブナード店にて。
「モーニング娘。コンサートツアー
2013秋~CHANCE!~」
@日本武道館公演は、11月28日(木)開催
最新情報は公式ホームページまで
【<http://www.helloproject.com/>】

モーニング娘。鞘師里保写真集
『太陽』(ワニブックス)より

長いアイドル界の歴史のなかで、
ひよつとしたらターニングポイントになるかもしれない、
ひとりの少女の15歳の夏色の日常。



り
ほ
り
ほ
り
ほ

鞘師 里保

(モーニング娘。'15)

Sayashi Rihō

撮影/西田幸樹

photographed by NISHIDA KOKI

新生「モーニング娘。'15」センター“りほりほ”の
最新写真集より、スクープ水着を公開！

16歳、
青春、ど真ん中。
彼女の'15がはじまる。





この笑顔があれば、
きっと大丈夫。
かなり確実。

鞘師里保 SAYASHI RIHO

1998年5月28日生まれ
広島県出身 血液型=AB型
○モーニング娘。に
9期メンバーとして加入。
センターをつとめる。
3月14日(土)より「モーニング娘。'15
コンサートツアー春〜GRADATION〜」
がスタート。
3月29日(日)にパシフィコ横浜で行なわれる
「Hello! Project ひなフェス2015 〜満開！
The Girls' Festival 〜」に出演。
4月15日(水)にはモーニング娘。'15の
ニューシングル「青春小僧が泣いている／
夕暮れは雨上がり／イマココカラ」がリリース。
モーニング娘。'15鞘師里保
最新写真集「十六歳」(ワニブックス)
3月25日(水)発売！
写真集発売記念イベント開催決定！
3月30日(月)19:00～
東京・福家書店新宿サブナード店にて。
最新情報は公式ホームページまで
【<http://www.helloproject.com/>】

**モーニング娘。'15
鞘師里保写真集
『十六歳』(ワニブックス)より**

































































































朝

里保







































































金
のいば

(216)

きます。

時刻表

熊本バス時刻表

月曜～金曜		土曜	日曜・祝日
06:45	06	06:11 54	07
07:17 54	08		
08	09	10:24	11
09:45	10		12
10	11		13
11	12		14
12	13	14:50	15
13	14		16
14	15	16:45	17
15:15	16		18
16	17	18:40	19
17:15	18		20
18:52	19		21
19:05	20		
20	21		
21			

豊台橋
おもやいジャンボ









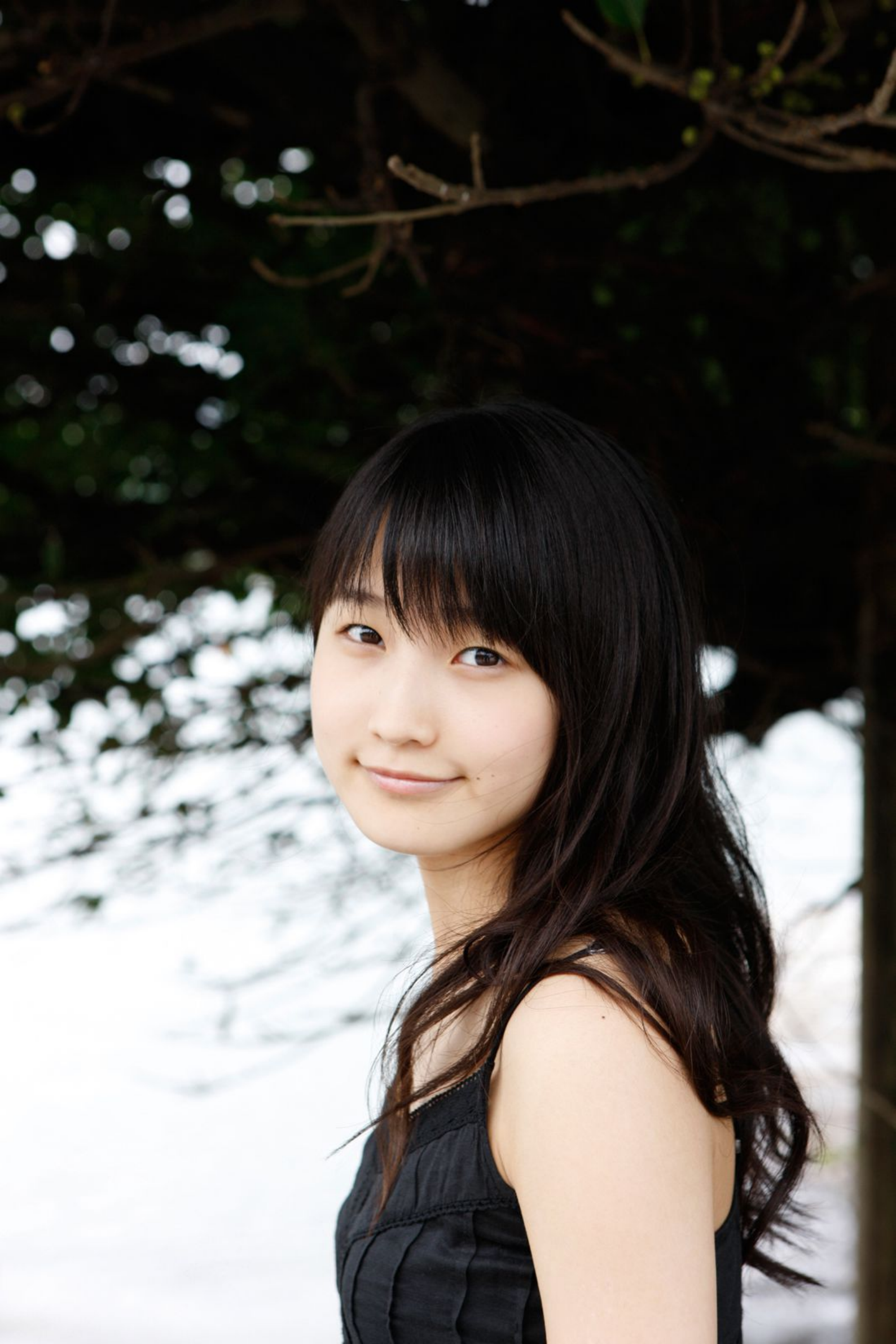




























































16歳、
青春ど真ん中。
彼女の15がはじまる。











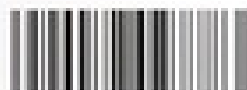








9784847047435



1920072027783

ISBN978-4-8470-4743-5

C0072 12778E

発行-株式会社ワニブックス

価格-本体2,778円+税



























十六歲

鞘師里保 写真集

撮影 西田幸樹



Photographer ■ 西田幸樹

Stylist ■ 岸真理子

Hair&Make-up ■ 太田年茂

Design ■ 佐々木 敏 (Art Inner Relations, Inc.)

Assistant Photographer ■ 鈴木 聡太

Media Direction ■ UP-FRONT WORKS

Printing Director ■ 井上 優

Chief Editor ■ 一橋 孝 直友

Editor ■ 佐田 英 毅

Editorial Coordinator ■ 井崎 晴時 敬貴 (ゼネラル・エグゼクティブ・エディター)
社外取締役 水田 哲也 (ゼネラル・エグゼクティブ)

Chief Manager ■ 岡田 寛太郎 (UP-FRONT PROMOTION)

Art Manager ■ 石川 崇 (UP-FRONT PROMOTION)

Chief Producer ■ 山崎 浩典 (UP-FRONT GROUP)

東京 山崎 浩典 (UP-FRONT GROUP)

大阪 山崎 浩典 (UP-FRONT GROUP)

Special Thanks ■ 山崎 浩典 (UP-FRONT GROUP)

雑誌掲載 表紙(十六歳)

2018年4月15日 20歳まで

表紙写真撮影

表紙写真撮影会社 アニマル・ブレイク

〒100-0043 東京都千代田区千代田 1-1-1 アニマル・ブレイク
TEL: 03-5561-0000 FAX: 03-5561-0001

©2018 アニマル・ブレイク株式会社

ISSN 0000-0000 (Print) / ISSN 1111-1111 (Japan) 00000000-0000-0000-0000-0000

表紙・表紙裏の写真を掲載する権利を、本誌が、

本誌の権利として取得しています。

ただし、本誌の権利として取得したものは、本誌の権利として取得できません。

ウェブサイト: <http://www.animal-break.jp/>







十六歲

稍師里保
写真集





スタジオ撮影でもパフォーマンスを披露



「音楽が流れていなくても踊れます」と朝顔。数分間にわたり、撮影スタッフの前で自由に躍動した



十六歲

緒師里保 写真集

